Volume 8 No. 2 Juli-Desember, Tahun 2021, Hlm. 103-107

C O N S I L I U M

Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan

Avalaible at http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/consilium

ISSN : 2338-0608 (Print) | ISSN : 2654-878X (Online)

Tingkat Kecemasan Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus di Era New Normal

(Parents' Anxiety Levels of Children with Special Needs in the New Normal Era)

Rini Hayati*, Widya Utami Lubis

Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah, Medan, Indonesia

*Korespondensi: konselorrinihayati@gmail.com

Abstract: *The Covid-19 pandemic currently has changed the way people live. This is one of the reasons for the emergence of anxiety for individuals, especially parents who have children with special needs, because children with special needs are special attention need, in the social process to be able to play together, as well as special supervision. This creates a sense of anxiety for parents. This anxiety arises when social restrictions are imposed in the new normal era. This study aims to describe the level of anxiety of parents of children with special needs in the new normal era. The research method uses quantitative descriptive with a sample population of parents who have children with special needs. The instrument used in the form of a questionnaire that uses a Likert scale model and descriptive analysis. The results of this study indicate that the level of anxiety of parents of children with special needs in the new normal era is in the medium category.*

Keywords: *Parents; Anxiety; Child With Special Needs.*

Abstrak: Pandemi Covid-19 yang sedang terjadi saat ini telah merubah tatanan kehidupan manusia. Hal ini menjadi salah satu sebab munculnya perasaan cemas bagi setiap individu, khususnya orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, karena anak berkebutuhan merupakan anak istimewa yang membutuhkan perhatian khusus, dalam proses sosial anak membutuhkan orang lain untuk dapat bermain bersama, serta pengawasan khusus. Hal ini menimbulkan rasa kecemasan bagi orangtua. Kecemasan ini timbul ketika diberlakukannya pembatasan sosial di era new normal. Penelitian ini bertujuan untuk mendekripsikan gambaran tingkat kecemasan orangtua anak berkebutuhan khusus di era new normal. Metode penelitian menggunakan deskriptif kuantitatif dengan populasi sampel orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Adapun instrumen yang digunakan berupa angket yang menggunakan model skala likert dan analisis deskriptif. Hasil penelitian ini menujukan bahwa tingkat kecemasan orangtua anak berkebutuhan khusus di era new normal berada pada kategori sedang.

Kata kunci: Kecemasan; Orangtua; Anak Berkebutuhan Khusus.

PENDAHULUAN

Pada proses kehidupan, manusia dapat melakukan sosialisasi dimulai dari lingkungan terkecil yang disebut dengan keluarga, dimana sebagai struktur masyarakat terkecil keluarga memiliki anggota yang terdiri dari orangtua dan anak yang memiliki peran, tugas dan tanggung jawab masing-masing. Orangtua terdiri dari ayah dan ibu dalam sebuah keluarga, yang memiliki peran untuk membesarkan anak dan bertanggung jawab untuk menjaga dan memastikan kebahagiaan dan kesejahteraan keluarga. Menurut Hurlock (2011) orang tua merupakan orang

dewasa yang membimbing dan membawa anak menjalani kehidupan sampai dewasa dalam masa perkembangannya. Orangtua bertugas melengkapi mempersiapkan dan mempersiapkan anak menuju kedewasaan dengan memberikan bimbingan, perlindungan dan pengarahan yang dapat membantu anak dalam menjalani kehidupan dimasa perkembangannya. Setiap orangtua menginginkan dan mendambakan untuk memiliki anak yang sehat dan normal, namun ada beberapa orangtua yang dititipkan anak special yang memiliki kebutuhan khusus, sehingga orangtua tetap harus memberikan kesempatan kepada anak untuk berinteraksi dengan masyarakat lingkungan sekitar.

Kehidupan yang dijalani seorang anak tidak hanya pada lingkungan keluarga, namun pada lingkungan yang lebih luas yaitu masyarakat. Pada saat berada di masyarakat, anak berkebutuhan khusus harus dapat menyesuaikan diri, dikarena memiliki perilaku dan interaksi yang berbeda sehingga tidak jarang anak dihadapkan pada berbagai permasalahan ketika menjalani kehidupan dan berinteraksi dengan orang lain. Untuk itu dibutuhkan peran orangtua dalam mengawasi, mengarahkan dan melindungi anak-anak ketika berada di lingkungan masyarakat. Hal ini menyebabkan munculnya perasaan cemas yang dapat menganggu pikiran orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dan terhambat individu untuk mencapai tujuan hidupnya. Kecemasan akan menjadi sumber yang dapat mendorong individu untuk berbuat kearah kemajuan dan kesuksesan hidup, bila dalam kondisi normal (normal anxiety), tetapi kecemasan yang tinggi melebihi batas normal (neurotic anxiety) akan megganggu kesetabilan diri dan keseimbangan hidup. Kecemasan merupakan respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan dapat menjadi abnormal apabila tingkatannya tidak sesuai dengan porsi ancamannya ataupun datang tanpa adanya sebab tertentu (Nevid, dkk, 2005). Perasaan cemas bisa dialami setiap individu, bila dalam batas normal akan berdampak positif yang dapat memicu semangat, namun bila abnormal akan berdampak negatif bagi individu.

Pola kehidupan masyarakat saat ini berubah dari sebelumnya yang disebabkan pandemi covid-19 yang sedang melanda dunia dan indonesia khususnya. Perubahan yang terjadi seperti beraktivitas dengan mematuhi protokol kesehatan (memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak), adanya pembatasan sosial dimasa pandemi karena pemerintah sedang memberlakukan era kehidupan normal baru (*new normal)* yang semua harus dibatasi dalam kegiatan sosial individu, oleh karena akan semakin memperparah kecemasan orang tua yang harus menjaga anak lebih dari sebelum pandemi. Orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus juga harus menjaga anak mereka untuk mematuhi aturan yang diberlakukan tersebut, hal ini membuat orangtua lebih menjaga dan mengawasi anak lebih dari sebelumny, karena anak berkebutuhan khusus memerlukan perhatian dan pengawasan yang berbeda dengan anak normal.

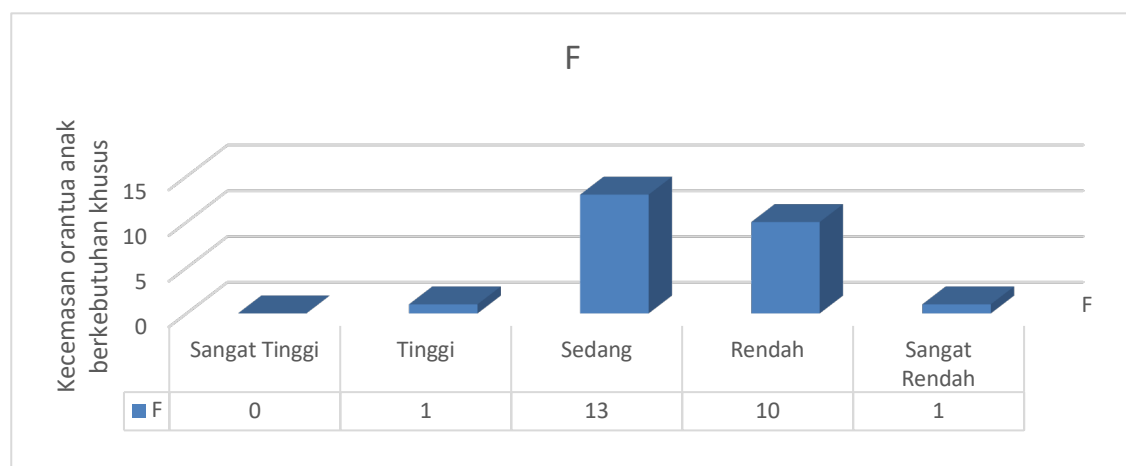
Kecemasan ini timbul pada orantua anak berkebutuhan khusus ketika diberlakukannya pembatasan sosial di era *new normal*. Penelitian ini bertujuan

untuk mendekripsikan gambaran tingkat kecemasan orangtua anak berkebutuhan khusus di era *new normal* masa pandemi covid-19. Hasil dari deskripsi ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan ini merupakan deskriptif kuantitatif, yang merupakan salah satu jenis penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu dan mencoba menggambarkan fenomena secara mendetail apa adanya, artinya penelitian deskriptif adalah penelitian yang menggambarkan sesuatu yang sedang terjadi apa adanya (Yusuf, 2005). Adapun populasi dari penelitian ini adalah orangtua anak berkebutuhan khusus di lembaga bimbingan anak berkebutuhan khusus Home Autis Center Medan, dengan jumlah sampel 25 responden. Instrumen yang digunakan untuk mengungkap kecemasan orantua anak berkebutuhan khusus adalah menggunakan angket model skala likert. Menggunakan analisis deskriptif kuantitatif.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil pengadministrasian dan pengolahan data penelitian kecemasan orangtua anak berkebutuhan khusu yang diperoleh terhadap 25 responden dapat dilihat pada grafik di bawah ini:

Gambar. Grafik Tingkat Kecemasan Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus di Era *New Normal*

Adapun data hasil penelitian pada grafik menunjukan bahwa frekuensi kecemasan orangtua anak berkebutuhan khusus di era *new* normal satu orang pada kategori tinggi, 13 responden sedang, 10 responden rendah dan 1 responden sangat rendah, sehingga diperoleh skor rata-rata sebesar 88,68 berada pada kategori

sedang, dengan skor minimal 62 dan skor maksimal sebesar 114 dengan skor total keseluruhan sebesar 2217 dari 25 responden.

Hal ini menunjukan bahwa ada kekhawatiran yang muncul pada orangtua anak berkebutuhan khusus di masa pemberlakuan pembatasan sosial di era *new normal*. Kecemasan yang muncul berupa reaksi fisik, memiliki pemikiran negatif, berperilaku cenderung menghindar dari situasi tertentu, memiliki perasaan yang gugup sehingga mengambil langkah untuk membantu anak bersosialisasi dimasa pembatasan sosial di era *New Normal.* Menurut Green (dalam Fenn & Byrne, 2013) ada empat aspek kecemasan yaitu: (a) Physical symptoms (b) Thought, (c) Behavior, dan (d) Feelings. Hal ini dapat dilihar dari reaksi yang dimunculkan oleh individu yang mengalami kecemasan seperti berkeringat, oto tegang, jantung berdebar, merasa diri tidak mampu, cenderung menghindar, gugup panik dan lai-lain. Hal senada Hurlock (2011) menyatakan bahwa kecemasan merupakan perasaan khawatir, gelisah dan perasaan yang kurang menyenangkan serta merasa tidak mampu menghadapi masalah.

Perasaan cemas juga bisa muncul ketika orangtua melihat tontonan berita di televisi yang menyiarkan tentang korban dampak dari virus covid-19. Pengalaman yang menakutkan yang disebabkan oleh tontonan dan akses informasi yang tidak mengenakkan dapat memicu kecemasan serta sikap waspada (Sos & MSi, 2012). Kecemasan yang terjadi secara terus menerus akan menyebabkan gangguan panik (*panic disorder*) yang merupakan satu perasaan serangan cemas mendadak dan terus menerus disertai perasaan akan datangnya bahaya/bencana, ditandai dengan ketakutan yang hebat secara tiba-tiba (Yaunin, 2012).

Menurut Adler (dalam Gufron, 2014) Kecemasan dapat timbul karena dua faktor yaitu pengalaman negatif pada masa lalu dan pemikiran yang tidak rasional terhadap sesuatu yang akan terjadi, tentang kesempurnaan diri dan generalisasi yang tidak tepat. Kecemasan merupakan pengalaman subjetif yang tidak menyenangkan tentang kekhawatiran/ ketegangan berupa perasaan cemas, tegang dan emosiyang dialami seseorang. Kecemasan merupakan suatu keadaan tertentu dalam menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuan dalam menghadapi suatu objek dapat berupa emosi yang kurang menyenangkan yang dialami individu dan kecemasan bukan berupa sifat yang melekat pada kepribadian.

KESIMPULAN

Hasil penelitian kecemasan orangtua anak berkebutuhan khusus di era *new normal* berdasarkan hasil pengolahan data secara deskriptif dapat disimpulkan bahwa kecemasan orangtua anak berkebutuhan khusus di era *new normal* berada pada kategori sedang, ini dapat dilihat pada hasil penelitian yang menunjukan bahwa skor rata-rata sebesar 88,68. Dengan demikian orangtua anak

berkebutuhan khusus di era *new normal,* memang mengalami kecemasan yang tidak berlebihan karena masih berada pada kategori sedang.

DAFTAR PUSTAKA

Fenn, K., & Byrne, M. (2013). The key principles of cognitive behavioural therapy. *InnovAiT*, *6*(9), 579-585.

Gail W. Stuart. (2006). *Buku Saku Keperawatan Jiwa.* Alih Bahasa: Ramona P. Kapoh & Egi Komara Yudha. EGC.

Ghufron, M. N. & Risnawita, R. (2014). *Teori-teori Psikologi.* Ar-Ruzz Media.

Hamim. (2012). Pengaruh Terpaan Berita Kejahatan Di Telivisi Terhadap Sikap Waspada Dan Cemas Pada Ibu Rumah Tangga. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, *1*(1), 37-45.

Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (edisi 5). Erlangga.

J. Leshner, A. (1992). Panic Disorder: A National Problem, a Federal Response. Sage Publications, Inc, 107(1)

Jeffrey S. Nevid, dkk. (2005). *Psikologi Abnormal*. Edisi Kelima. Jilid 1. Jakarta: Erlangga

Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Alfabeta.

Yaunin, Y. (2012). Gangguan Panik Dengan Agorafobia. *Majalah Kedokteran Andalas*, *36*(2), 234–243.

Yusuf, A. M. (2005). *Metodologi Penelitian.*. Padang: UNP Press.